



55+

# AQUAFIT

40 weken per jaar  
(o.v.b. sept-juni en niet  
in schoolvakanties)

Maandabonnement €20

Start september 2019



- Fit en vitaal blijven en bewegen onder leiding van een fysiotherapeut in kleinschalige groepen (max. 10 personen) in warm water van 32°C.
- Het verbeteren van conditie, mobiliteit, spierkracht, coördinatie en evenwicht afgestemd op het individu.
- Voor iedereen die 55+ is (ook voor mensen die GEEN lid zijn van de KOV Holthees-Smakt).